

	CH- SŚ Podstawowa	CH- SŚ Łatwo strawna	CH- SŚ Cukrzycowa	CH- SŚ- Polożnicza podstawowa	CH- SŚ- Polożnicza lekkostrawna	CH- SŚ- Polożnicza cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Śliwka szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Śliwka szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Śliwka szt 1 szt
II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)					
2023-11-21 wtorek Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kalafor gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g (JAJ, GOR.)	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kalafor gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kalafor gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g (JAJ, GOR.)
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Rzodkiew biała 50 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Roszponka 10 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 50 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					
	E: 2189,87 kcal; B: 118,57 g; T: 61,01 g; Kw. tł. nasy.: 21,25 g; W: 306,33 g; W tym cukry: 80,48 g; Bł.: 33,59 g; Sól: 7,37 g;	E: 2042,66 kcal; B: 113,28 g; T: 53,96 g; Kw. tł. nasy.: 20,65 g; W: 287,39 g; W tym cukry: 90,09 g; Bł.: 28,10 g; Sól: 6,35 g;	E: 2095,86 kcal; B: 128,52 g; T: 69,64 g; Kw. tł. nasy.: 27,20 g; W: 252,85 g; W tym cukry: 39,51 g; Bł.: 34,14 g; Sól: 7,40 g;	E: 2279,87 kcal; B: 124,87 g; T: 64,01 g; Kw. tł. nasy.: 23,04 g; W: 315,63 g; W tym cukry: 86,78 g; Bł.: 33,59 g; Sól: 7,61 g;	E: 2279,66 kcal; B: 123,73 g; T: 58,36 g; Kw. tł. nasy.: 22,77 g; W: 325,69 g; W tym cukry: 96,39 g; Bł.: 29,10 g; Sól: 7,49 g;	E: 2095,86 kcal; B: 128,52 g; T: 69,64 g; Kw. tł. nasy.: 27,20 g; W: 252,85 g; W tym cukry: 39,51 g; Bł.: 34,14 g; Sól: 7,40 g;